

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menempuh pendidikan di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi. Sedangkan dalam Peraturan Pemerintah RI No.30 tahun 1990, mahasiswa didefinisikan sebagai peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi tertentu. Menjadi seorang mahasiswa adalah suatu kebanggaan sekaligus juga suatu tantangan bagi setiap individu. Tanggung jawab yang dimiliki oleh seorang mahasiswa begitu besar, karena mahasiswa memiliki peran yang sangat penting dalam membangun dan mensejahterakan bangsa. Mahasiswa merupakan generasi muda yang menjadi penerus untuk kemajuan suatu bangsa. Mahasiswa adalah kaum intelek yang seharusnya mengerti akan situasi dan kondisi suatu bangsa dan negara serta memperbanyak pengalamannya di berbagai bidang. Mereka juga harus memiliki wawasan yang luas dalam menyelesaikan suatu masalah, itulah sebabnya banyak tugas-tugas yang harus mereka kerjakan dan mereka capai.

Berdasarkan tahap perkembangan, mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan tingkat akhir dapat digolongkan pada usia dewasa dini. Menurut Hurlock (2011) dewasa dini memiliki tugas-tugas perkembangan yang berhubungan dengan masa depan yaitu mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar bersama dengan suami atau isteri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan bergabung dalam sebuah kelompok sosial yang cocok. Hurlock (2011) juga mengungkapkan bahwa usia dewasa dini dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun.

Menurut Daliyo (dalam Tangkeallo, 2014) masa dewasa dini ditandai dengan adanya keinginan untuk mengaktualisasikan segala bentuk ide dan pemikiran-pemikiran yang diperoleh selama menjalani pembelajaran di perguruan tinggi

ataupun di lembaga akademik untuk persiapan masa depannya. Tentunya tidak mudah dan banyak sekali hambatan-hambatan dalam menjalankan semua tugas-tugas perkembangan. Begitu juga sebagai seorang mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir tentunya banyak tugas-tugas yang harus dikerjakan tidak hanya tugas-tugas akademik saja, mereka juga harus menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial yang baru. Mereka juga akan dihadapkan dengan tuntutan dan peran yang baru, tidak hanya pencapaian keberhasilan dalam bidang akademik saja, mereka akan dihadapkan dengan lingkungan yang baru dan harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

Secara umum mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang hampir menyelesaikan mata kuliahnya dan sedang mengambil tugas akhir atau skripsi (Rahayu, 2016). Winkel (dalam Roellyana & Ratih, 2016) mengatakan bahwa periode usia mahasiswa tingkat akhir adalah antara rentang usia 21-25 tahun. Berdasarkan usia dan juga tugas perkembangan mahasiswa tingkat akhir seharusnya sudah mulai memikirkan masa depannya dengan bekerja karena pada dasarnya individu memiliki berbagai macam kebutuhan yang harus dipenuhi dalam hidupnya. Salah satu pemenuhan kebutuhan tersebut adalah dengan bekerja yang bertujuan untuk mendapatkan penghasilan. Akan tetapi, dalam memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan tidaklah semudah yang diharapkan, karena banyak tantangan dan hambatan yang menyebabkan hal tersebut sulit untuk dicapai.

Tuntutan-tuntutan tersebut pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, kesulitan tidur, sering terlihat cemas, mudah marah, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda menyelesaikan tugas akhir hingga pada akhirnya mereka memutuskan untuk tidak menyelesaikannya. Bahkan akibatnya permasalahan-permasalahan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi sikap yang negatif dan akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan pada mahasiswa (Hidayat, dalam Hastuti, dkk, 2016). Bila individu percaya bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan yang dihadapi dalam hidupnya, maka individu tersebut akan merasa semakin cemas bila menghadapi

dunia kerja yang akan dihadapi oleh mahasiswa setelah lulus dari perguruan tinggi (Bandura dalam Nevid, dkk, 2005).

Kecemasan menjadi suatu kekhawatiran dan ketakutan bagi mahasiswa. Hal ini selaras dengan pendapat Ghufroon & Risnawita (2017) bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang. Chaplin (2001) juga mengatakan masa depan merupakan emosi yang tidak menyenangkan terkait berbagai masalah yang harus dihadapi pada masa perkembangannya serta berpengaruh pada aspek afektif, kognitif dan perilaku. Sumber kecemasan terhadap masa depan meliputi masalah pendidikan, pekerjaan dan kehidupan berkeluarga (Siburian, dkk, 2010).

Setiap individu memiliki rencana akan masa depannya, termasuk dengan melanjutkan studi hingga ke pendidikan lebih tinggi dengan harapan menjadi sarjana dan mendapatkan pekerjaan yang dapat membantu memenuhi kebutuhannya di masa yang akan datang. Namun, melihat bahwa ketika lulus dari pendidikan tinggi tidak langsung bisa mendapatkan pekerjaan atau bekerja di tempat yang diinginkan dikarenakan beberapa hambatan, menimbulkan ketidakpastian tentang bagaimana kelak mereka setelah lulus dari perguruan tinggi. Ketidakpastian tersebut akan memicu timbulnya rasa cemas pada mahasiswa tingkat akhir terhadap bagaimana masa depan yang akan mereka jalani nantinya (Nadira & Zarfiel, 2013).

Ghufroon & Risnawita (2017) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam objek tertentu. Secara psikologis perasaan cemas akan menimbulkan gejala panik, tegang, bingung, tidak bisa konsentrasi dan ketakutan tanpa sebab yang jelas. Namun pada taraf yang sedang, kecemasan akan meningkatkan kewaspadaan pada diri individu. Sedangkan kecemasan pada tingkat berlebih akan menghilangkan konsentrasi dan menurunkan koordinasi antara otak dan gerak motorik (Caplin, 2006). Barlow & Durand (dalam Fausiah & Widury, 2008) mengatakan bahwa kecemasan akan dianggap sebagai

sesuatu hal yang patologis apabila tidak lagi bisa dihentikan atau tidak bisa terkontrol oleh individu tersebut.

Supriyanti (2010) mengatakan bahwa individu dengan kecemasan pada kenyataannya cenderung menghindari situasi yang menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut atau bersalah karena individu menganggap tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan baik. Mortensen (dalam Nadziri, 2018) juga menjelaskan bahwa individu yang cemas sering tidak puas dengan apa yang sudah mereka kerjakan. Individu dengan kecemasan yang tinggi cenderung kurang yakin bahwa mereka memiliki keterampilan yang efektif, individu lebih banyak merasa pesimis tentang apakah yang mereka kerjakan benar, baik, atau apakah yg mereka lakukan akan membuat perbedaan. Dalam kondisi kronis, individu dengan kecemasan menghadapi dunia kerja yang tinggi akan lebih mudah menyerah terlebih saat mereka mendapat kegagalan dalam hidupnya. Munculnya perasaan kecewa dapat membuat individu memiliki kinerja buruk, dan bahkan mungkin dapat kehilangan pekerjaan atau tidak mendapat pekerjaan sama sekali.

Mahasiswa yang belum memiliki pengalaman kerja juga akan merasakan kecemasan yang lebih tinggi, karena timbulnya kekhawatiran seperti kegagalan dalam bersaing dengan calon tenaga kerja yang lain, menilai kemampuannya belum dapat memenuhi tuntutan dunia kerja, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan kerja yang penuh kedisiplinan tinggi, dan khawatir tidak memiliki rekan kerja yang baik. Wardani (2012) mengemukakan bahwa perusahaan-perusahaan besar saat ini tidak hanya membutuhkan sumber daya yang berpendidikan tinggi, namun juga membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas dengan skill (*hard skill dan soft skill*), memiliki kualifikasi tahan akan tekanan, mampu beradaptasi dengan lingkungan kerja, memiliki pengalaman kerja dan mampu menghadapi tantangan. Timbulnya perbedaan prioritas dalam menentukan masa depan dan pengalaman di dunia kerja akan mempengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja.

Atmadja (2013) mengemukakan bahwa kecemasan mahasiswa tingkat akhir dapat terlihat dari ketidaksiapan menghadapi tantangan dunia kerja. Ketidaksiapan

itu terlihat mulai dari pemikiran hingga ke perilaku mahasiswa tingkat akhir. Pemikiran yang muncul seperti, mulai berpikir dunia kerja penuh dengan persaingan, memikirkan kemampuannya, ketidakpastian individu untuk diterima di sebuah perusahaan, ketidakpastian lama kerja, dan ketidakpastian bidang kerja yang diminati. Perilaku yang muncul seperti, menarik diri dengan tidak mengikuti kegiatan pengembangan diri, tidak berusaha untuk mencari pengalaman kerja di bidang yang digelutinya dan menghindari situasi yang berhubungan dunia kerja.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja. Penelitian ini dilakukan oleh Nugroho & Karyono (2011) di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro angkatan 2011, dari 70 subjek penelitian terdapat 6 orang (8,57%) memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori rendah, 57 orang (81,43%) berada pada kategori tinggi, dan 7 orang (10%) berada pada kategori sangat tinggi. Hasil deskripsi mengatakan bahwa kecemasan dalam menghadapi dunia kerja tergolong tinggi disebabkan adanya mahasiswa yang kurang yakin terhadap kemampuan dirinya untuk menghadapi seleksi masuk kerja karena belum memiliki pengalaman, dan ada sebagian mahasiswa yang menganggap bahwa teori yang diperoleh di bangku kuliah tidak selalu dapat diterapkan di dunia kerja.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Azhari & Mirza (2016) dengan subjek 100 mahasiswa sebagai sampel dari seluruh angkatan 2009 sampai angkatan 2012, menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja tinggi sebesar 12%. Kecemasan yang timbul pada mahasiswa karena terdapat kekhawatiran kegagalan kronis dari proses regulasi diri, seperti gagal dalam menentukan tujuan atau setelah menentukan tujuan tetapi gagal melakukannya. Kekhawatiran kegagalan mahasiswa dalam menentukan tujuan masa depan dan *progress* yang didapat dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan menyebabkan kecemasan.

Penelitian yang juga dilakukan oleh Atmadja (2013) dengan subjek 57 sebagai sampel dari 229 mahasiswa, menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi dunia kerja sebesar 90,40%. Hasil dari

penelitian menunjukkan, bahwa sebagian besar individu telah dan akan merasakan kecemasan dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Kecemasan yang timbul pada mahasiswa karena mahasiswa pada akhir-akhir semester sudah mulai berpikir akan masa depan, mahasiswa tidak hanya menggantungkan pada gelar sarjana yang akan disandangnya, tetapi berusaha untuk senantiasa mulai berpikir setelah lulus nanti, sehingga tidak menjadi pengangguran terdidik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar sampel penelitian pada saat dilakukan penelitian, memiliki kecemasan menghadapi dunia kerja pada kategori tinggi.

Sempitnya lapangan pekerjaan dapat membuat kecemasan pada individu karena biaya hidup yang semakin tinggi serta persaingan yang begitu ketat. Apalagi jika individu tidak mempunyai skill atau kemampuan yang memadai sesuai dengan permintaan bidang pekerjaan yang ada. Tidak hanya skill yang harus bagus, akreditasi juga ikut mempengaruhi dalam melamar suatu pekerjaan. Menurut Mardiansyah (2010) bahwa akreditasi adalah salah satu filter efektif dalam menyaring pelamar kerja. Pelamar yang datang dengan akreditasi rendah biasanya harus tinggi *passing gradenya* supaya dapat lulus seleksi. Sejalan dengan yang dikatakan oleh pengamat pendidikan Abduhzen (2013) bahwa secara formal akreditasi juga dilihat dalam melamar suatu pekerjaan, tapi yang paling penting adalah seberapa cepat mahasiswa tersebut menyelesaikan studinya.

Berdasarkan data pada tahun 2018 yang diperoleh dari BAAK (Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan) Universitas Trunojoyo Madura, pada angkatan 2013-2016 sebanyak 6.464 mahasiswa yang belum lulus. Ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan di setiap tahunnya. Diketahui jumlah mahasiswa yang belum lulus tersebut adalah 481 mahasiswa angkatan 2013, 1.265 mahasiswa angkatan 2014, 2.745 mahasiswa angkatan 2015 dan 2.481 mahasiswa angkatan 2016. Kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu lulus tepat waktu dan bahkan melebihi batas waktu yang telah ditentukan.

Mahasiswa tingkat akhir merupakan calon lulusan yang kemudian akan melanjutkan dengan bekerja, meneruskan pendidikan ke jenjang lebih tinggi, atau memilih melanjutkan untuk menikah, sebab pada umumnya mahasiswa tingkat akhir mulai berpikir tentang masa depannya setelah lulus dari kuliah. Begitu juga

calon sarjana Universitas Trunojoyo Madura diharapkan memiliki kemampuan sesuai dengan bidang, mampu mengembangkan pengetahuannya, memiliki wawasan dan pengetahuan yang luas dengan harapan mereka dapat bersaing dengan mahasiswa lain di dunia kerja atau di dunia pendidikan. Mereka seharusnya juga sudah memiliki tujuan yang spesifik dan jelas, karena tanpa tujuan yang spesifik dan jelas kondisi tersebut akan menunda dan menghambat potensinya.

Mahasiswa yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya. Sejalan dengan tugas perkembangan dewasa dini, mahasiswa tingkat akhir seharusnya juga sudah memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya, agar dapat merealisasikan keinginannya dimasa depan, dan mendapatkan apa yang mereka inginkan, tentunya dengan persiapan atau perencanaan yang matang didalam membuat strategi dan memiliki dorongan yang kuat untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehingga mendapatkan hasil pencapaian yang lebih baik dan mampu mengarahkan tujuan hidupnya dan memiliki gambaran tentang orientasi masa depan untuk kehidupan lebih baik dan berkualitas pada masa yang akan datang.

Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Nurmi (1991), bahwa seseorang mahasiswa idealnya sudah memiliki gambaran yang jelas tentang orientasi masa depannya khususnya dalam area pekerjaan. Nurmi (dalam Triana, 2013) juga menyatakan bahwa orientasi masa depan ini sangat erat kaitannya dengan harapan-harapan, tujuan, standar serta rencana dan strategi yang dilakukan untuk mencapai sebuah tujuan, mimpi-mimpi dan cita-cita. Menurut Saroni (dalam Triana, 2013) mahasiswa yang berorientasi ke masa depan akan termotivasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan begitu mahasiswa akan berupaya untuk selalu mengejar pengetahuan dan menimba ilmu dengan sungguh-sungguh serta memiliki orientasi yang baik. Sehingga orientasi masa depan akan membuat mahasiswa lebih termotivasi untuk giat belajar dan menyelesaikan tugas-tugasnya.

Orientasi masa depan juga menggambarkan bagaimana seseorang nantinya akan memandang dirinya dimasa yang akan datang. Gambaran tersebut membantu individu dalam menempatkan dan mengarahkan dirinya untuk mencapai apa yang ingin diraihny dimasa yang akan datang. Nurmi (dalam Susanti, 2016)

menyebutkan bahwa orientasi masa depan merupakan kemampuan seseorang individu untuk merencanakan masa depan yang merupakan salah satu dasar pemikiran seorang manusia. Orientasi masa depan merupakan proses multidimensi dari motivasi, perencanaan dan evaluasi, dimana motivasi adalah minat seseorang terhadap suatu hal, perencanaan yaitu bagaimana seseorang bermaksud untuk mewujudkan tujuan yang hendak dicapai di masa depan, dan evaluasi adalah penilaian sejauh mana tujuan yang hendak diharapkan individu tersebut dapat diwujudkan. Sadardjoen (2008) juga menyatakan bahwa orientasi masa depan adalah upaya antisipasi terhadap harapan masa depan yang menjanjikan. Mahasiswa tingkat akhir masih mengalami kebingungan dalam mengambil keputusan untuk masa depannya.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hermawati (2014) pada mahasiswa psikologi UIN SGD Bandung angkatan 2001, menyebutkan bahwa terdapat 70,5% mahasiswa mengeluh belum dapat memikirkan masa depan khususnya dalam area pekerjaan. Mereka memang memandang bahwa karier adalah sebagai sesuatu yang penting, tetapi mereka masih merasa pesimis untuk menentukan dengan pasti minat pekerjaan apa yang akan mereka tempuh dimasa yang akan datang, belum dapat memfokuskan suatu pilihan pekerjaan atau karier yang akan ditempuh, memiliki sedikit keterangan tentang karier atau pekerjaan, belum membuat strategi untuk menghadapi masa depan khususnya yang berkaitan dengan pekerjaan dan tidak merasa yakin dapat merealisasikan rencana-rencana karier atau pekerjaan dimasa yang akan datang. Selain itu, hasil penelitian Creed, dkk (dalam Saparingga, 2012) juga mengemukakan bahwa hampir 50% peserta didik mengalami kebingungan dalam pengambilan keputusan untuk karir yang akan dijalani karena terlalu banyaknya pilihan pekerjaan, pendidikan, dan kebutuhan yang diperlukan di masa depan.

Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan individu akan semakin rendah orientasi masa depannya, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasannya akan semakin tinggi pula orientasi masa depannya. Sempitnya lapangan pekerjaan membuat mahasiswa

merasakan kecemasan menghadapi dunia kerja, sehingga membuat mahasiswa cenderung tidak percaya dalam menentukan masa depannya.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian tentang “Hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka dapat dirumuskan sebuah masalah yaitu apakah terdapat hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis ataupun secara praktis

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis dari data penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi perkembangan dan psikologi klinis tentang hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang hubungan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada

mahasiswa tingkat akhir supaya mahasiswa memiliki gambaran yang jelas tentang orientasi masa depan dan dapat mengurangi kecemasannya.

b. Bagi Universitas Trunojoyo Madura

Penelitian ini dapat dijadikan referensi mengenai orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Sehingga pihak kampus dapat lebih memperhatikan dalam perkembangan bidang akademik atau non akademik dengan membantu menyelesaikan hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi khususnya penelitian yang berhubungan dengan orientasi masa depan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Trunojoyo Madura.